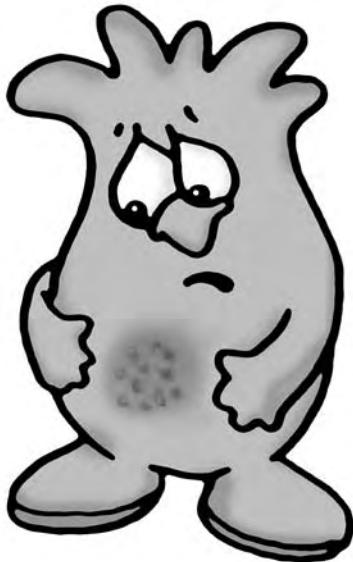


ការស្លែងជាមួយ^{នៅលើ} ទិន្នន័យស្ថិតិស្សរី **MRSA**

នេះគឺជាមួយនៅទីតាំង
ដែលបានការពារមួយ
អំពីរឿងនេះ!



សិក្សាតីរបៀបទុបស្ថាត់ការរាល់រាល់នៃ
មេភោគដំឡើងលើក្រុងពីរូបមួយកន្លែងទៅមួយកន្លែង (MRSA)

សំខាន់

MRSA គឺជាជំពោងយ៉ាងច្បែកច្បារ ដែលអាចទៅជាការ
គំរាយកំហែងសលប់ជីវិត បើសិនជាទុកបាលមិនព្យាពាល។
បើអ្នកបួនិនិត្តឯកសារបស់អ្នក បានធ្វើការនិងចិត្ត
បានធ្វើការនិងចិត្ត យើងមានជំពោស់សីស្សក ឬ MRSA
គឺមានមធ្យាតាយជាប្រើប្រាស់ ដែលអ្នកត្រូវធ្វើក្នុង
ពេលវេលាដូឡានេះ ដើម្បីជួរសរុបការរួចរាល់ត្រូវសារ
និងមិនសរុបត្រូវបស់អ្នក។

ឯន្តសៀវភៅស្អីងនេះ បានធ្វើឡើងដោយជំនួយមកពី
ប្រជាធិនិត្ត ដែលរស់នៅមានជំពោស់សីស្សក ឬ MRSA ។
ចុរាប់ជាមការផ្តល់អនុសាសនិនិកប្រព័ន្ធដឹងទូទៅ
អនាម័យណ្ឌប្រសើរ ដើម្បីថែរក្សាមួនអ្នកផ្តល់។ MRSA
អាចបណ្តាលឡាយការយើងបានបំនឹងមានអារម្មណ៍
បានគឺង ឬបុន្ណែចុរាប់ក្នុងចិត្តថា គឺអាចប្រគល់ប្រើប្រាស់
ឯន្តសៀវភៅស្អីងនេះប្រាប់អ្នកពីរបៀបដែលអ្នកអាច
រស់នៅជាមួយជំពោស់សីស្សក ឬ MRSA ។

មាតិការប្រើបង្ហាញ

ការសិក្សាអំពីដំពោលសីស្សក MRSA

- ទំនួរ 2 តើអ្នកដឹងថាគារប្រើបង្ហាញដំពោលសីស្សក MRSA និងហេតុអ្នកចានជាមនាកាប្លឹមមិនមែន?
- 2 តើដំពោលសីស្សក MRSA មានលក្ខណៈដូចមេច?
- 3 តើខ្លួនដំពោលសីស្សក MRSA របៀបណា?
- 4 តើខ្លួនដំពោលសីស្សក MRSA ឬទេ?
- 4 តើអាមេរិករបៀបបង្កើតឡើងដំពោលសីស្សក MRSA?
- 4 តើមានរបៀបធ្វើឡើងដំពោលសីស្សក MRSA ឬទេ?
- 5 មើលឯមានដំពោលសីស្សក MRSA តើខ្លួនប្រើបង្ហាញដីសល្បូន នៅពេលខ្លួនឱ្យរករាយក្នុងការបង្កើតឡើងទេ? ឬមិនមែនទេ?

ការរក្សាទាលដំពោលសីស្សក MRSA

- 6 តើដំពោលសីស្សក MRSA ត្រូវរក្សាទាលរបៀបណា?
- 7 តើខ្លួនរករាយក្នុងការបង្កើតឡើងទេ? ឬមិនមែនទេ?

ការថែរក្សាទាលយុទ្ធម្ពកដ្ឋានលំ

- 8 របៀបណាផីអរបសខ្លួន មានសារ៖សំខាន់ប្រើ?
- 9 តើខ្លួនប្រើការប្រើបង្ហាញប្រើបង្ហាញ នៅពេលខ្លួនទាក់ទាគ់របៀបណា?
- 10 ឬការសំភាពដូចខាងក្រោមនេះមែនរាយក្រារ?
- 11 តើខ្លួនប្រើសំរឿនដំពោលសីស្សកទេ?
- 13 គោលការណ៍ដែលនឹងការថែរក្សាទាលយុទ្ធម្ពកដ្ឋានលំ

ការទប់នឹងដំពោលសីស្សក MRSA

- 14 តើខ្លួនប្រើដំពោលសីស្សក MRSA នឹងការបង្កើតឡើងទេ? ឬការបង្កើតឡើងទេនៅពេលខ្លួនដំពោលសីស្សកទេ?
- 15 តើខ្លួនប្រើដំពោលសីស្សក MRSA នឹងការបង្កើតឡើងទេ? ឬការបង្កើតឡើងទេនៅពេលខ្លួនដំពោលសីស្សកទេ?
- 15 កូមារិនដំពោលសីស្សក MRSA
- 15 ស្រួចពីមិនដំពោលសីស្សក MRSA

ផនិជ្ជាន់នានា

- 16 បញ្ជីរបាយមុខទិន្នន័យ
- 16 វិចិថស

តើខ្លួនដំឡែសីស្សក MRSA របៀបណា?

ជនម្ចាក់ការអាមេរិកដំឡែសីស្សក MRSA ។ អ្នកអាមេរិកដំឡែសីស្សក MRSA ធ្លូចឆ្លាត់អ្នកអាមេរិកដែលត្រួតពារជាប្រជុំជាអ្នកដំឡែសីស្សក ។ បូរសល្អឃីមួយដែលមានយោងភាគទាំងមួយក្នុងប៉ូលុសក្នុងប៉ូលុសត្រួតពារជាប្រជុំខ្លួន ។

MRSA អាជារស់នៅថ្ងៃចុះពីរតុលាក្នុងការដំឡែសីស្សក MRSA ។ ទោះបីប៉ាងណាក់ដោយយោងអាជារស់នៅថ្ងៃចុះពីរតុលាក្នុងការដំឡែសីស្សក MRSA ។ ចុរចោចិត្តក្នុងការដំឡែសីស្សក “ប៉ូលុសជីវិតខ្លួនជីវិត” និងលី 10 តើមីនិក្សរឿងខ្លួនជីវិតគឺតុលាក្នុងការសំអាត។

មេដ្ឋានរបាយជាប្រើចុះឡើងដែលអ្នកអាមេរិកដំឡែសីស្សក MRSA នាន់
គឺតុលាក្នុងការដំឡែសីស្សក ។

- ការបីចាស់របស់ឆ្លាត់ខ្លួននៃជីវិតអ្នក MRSA ។
- ការបីចាស់របស់ឆ្លាត់ខ្លួននៃជីវិតអ្នក MRSA, ឬបីចាស់របស់អ្នក ។
- ការបីចាស់របស់អ្នកដែលមានយោងមេដ្ឋានរបាយជាប្រើចុះឡើង ។
- ការបីចាស់របស់អ្នកដែលមេដ្ឋានរបាយអាជីវកម្ម ។
- អ្នកបានក្នុងការស្ថាបី ក្នុងការសេរីការណ៍ និងការសេរីការណ៍ ។
- អ្នកបានក្នុងការបានរបស់អ្នកជីវិត ។

អ្នកអាមេរិកដំឡែសីស្សក បីសិទ្ធិជាតុលាក្នុងការដំឡែសីស្សក MRSA ៖

- អ្នកបានក្នុងការបានរបស់អ្នកជីវិត ។
- អ្នកបានក្នុងការបានរបស់អ្នកជីវិត និងការបានរបស់អ្នកជីវិត ។
- អ្នកមិនជីវិតការណ៍ណាត់ នៅក្នុងការបានរបស់អ្នកជីវិត ។
- អ្នកបានរបស់អ្នកជីវិត និងការបានរបស់អ្នកជីវិត ។

អ្នកប្រចុំយឹងថាមីនិក្សរឿងបានក្នុងការដំឡែសីស្សក MRSA

បីមួយកំពុងបានក្នុងការប្រចុំយឹងបានក្នុងការដំឡែសីស្សក ។

តើមានមេដ្ឋានយើងដែលអ្នកប្រចុំដំឡែសីស្សក MRSA ។

1. អ្នកអាមេរិកដំឡែសីស្សកលើបីចាស់របស់អ្នក។
បីចាស់របស់អ្នកមានតីម្លៃ ។
អ្នកអាមេរិកដំឡែសីស្សក ស្ថាបី និងការប្រគល់ ។
ខ្លួនខ្លាងបាននូវការប្រគល់ ។
ដូចមែនបីចាស់របស់អ្នកដែលបានក្នុងការប្រគល់ ។
អ្នកបានបីចាស់របស់អ្នក ។

2. អ្នកអាមេរិកដំឡែសីស្សកក្នុងការប្រគល់ ។
បីចាស់របស់អ្នកដែលបានក្នុងការប្រគល់ ។
បានបីចាស់របស់អ្នកជីវិត ។
បីចាស់របស់អ្នកដែលបានក្នុងការប្រគល់ ។
បីចាស់របស់អ្នកជីវិត ។
បីចាស់របស់អ្នកជីវិត ។
បីចាស់របស់អ្នកជីវិត ។
បីចាស់របស់អ្នកជីវិត ។
—“អ្នកធ្វាន” និង “ព្រៃទានធ្វើ
ការណាមិក” — តាមលំនៅក្នុងការប្រគល់ ។

តើខ្ញុំតែងតែមានដំពោះសីស្សក MRSA ឬ?

យេហ៌លីមេទា មនុស្សជាបច្ចុប្បន្នសមាគមនៃក្រុងសកម្មគឺត្រូវរាយការណាល ហើយនឹងឈប់មានដំពោះសីស្សក MRSA ឡើតើហើយ។ ទៅបីយ៉ាងណាក់ដោយ ត្រួតកាលដំពោះសីស្សក MRSA ជាប្រសិទ្ធភាពក្នុងការរាយការណាល ហើយនឹងកែតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបច្ចុប្បន្ននៅ ហើយដំពោះសីស្សក MRSA នៅក្នុងការរាយការណាលជាបីមួយនេះឡើតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបច្ចុប្បន្ននៅ ដូចជាអ្នកធ្វើឯកសារបំផុត អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអាចជួយអ្នកដោយក្រកកិច្ចបាត់ ដែលអ្នកចេចតិចដំពោះនេះ។

ទៅជាបីមួយនេះនានាដាទាដាស់សេរីយក់ដោយ អ្នកអាចនៅក្នុងការរាយការណាលដំពោះសីស្សក MRSA ឡើតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបស់អ្នក និងឡើតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបស់អ្នក។ នេះមាននឹងយុទ្ធនេះអ្នករាយជាអ្នកបួនុយ មេភេទដំពោះសីស្សក MRSA។ អ្នកអ្នកបុរាណានានីងមិនលើ ឬមានដំពោះសីស្សកបស់អ្នកឡើតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបស់អ្នក នៅដើមដែលដោយអ្នក ត្រូវនរណាម្នាក់យល់ចូលសំខួលបាត់ដូចជាអ្នកខ្លួនដែលចាំបាច់ជាអ្នកបួនុយមេភេទដំពោះសីស្សក MRSA នៅ តើបីរបៀបត្រូវកើតភាគទាំងនេះទេវិញ្ញា។

តើខ្ញុំមានចម្លងមេភេទរួចរាល់បាន?

បើអ្នកមានដំពោះសីស្សក MRSA នៅក្នុងសកម្មនៅលើសីស្សកបស់អ្នក គឺវាគាមចម្លង។ បើសិនជាដែនណាម្នាក់ប៉ះបានលើមេភេទបួនុយបស់អ្នក ឬប៉ះបានលើបស់អ្នកដែលមានប៉ះនឹងមេភេទបួនុយបស់អ្នក 'មួយជាករួចរាល់' និងខាងក្រោមនេះដំពោះសីស្សក MRSA ។

បើអ្នកជាអ្នកបួនុយមេភេទដំពោះសីស្សក MRSA, អ្នកអាចនៅក្នុងការរាយការណាលដំពោះសីស្សកបស់អ្នក និងឡើតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបស់អ្នក។ បើអ្នកមិនលាងដែលមេភេទបួនុយត្រូវទៅបានលើអ្នកបួនុយបស់អ្នកឡើងទេ នៅក្នុងការរាយការណាលបានលើអ្នកបួនុយបស់អ្នក។ MRSA គឺអាមាមនៅក្នុងទីកន្លែងបួនុយបស់អ្នក។

ឬបីចំណាំ បើអ្នកមានដំពោះសីស្សក MRSA គឺវាគាមចម្លងរាយការណាលទៅត្រូវសារ, មិត្តសំឡាល់, មនុស្សដែលនៅក្នុងអ្នក ហើយសមឱបីតិសប្បីទីមក្រុងនឹងដែរ។ ការណាលដែលមេរបស់អ្នកនឹងការរាយការណាលដែលមេភេទទៅ ដែលមកប៉ះបានជាអ្នកបួនុយមេភេទបស់អ្នក គឺជាមួយការរាយប្រសើរបំផុតដើម្បីរៀបចំសរាងកំណើន។

តើមានរបៀបធ្វើតែងតែសីស្សក MRSA ប្រទេស?

ជាមួយកមិនត្រូវរួចរាល់ដំពោះសីស្សក MRSA ទៅ លើកវិបាលដែលអ្នកមានមេភេទបួនុយនេះ បើអ្នកមានមេភេទដំពោះសីស្សក អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអាចរួចរាល់អ្នកបួនុយបស់អ្នក។ នេះហេតុ យកមេភេទបួនុយទៅបាន នៅពេលខាងក្រោមនេះដំពោះសីស្សក។

បើការរាយការណាលដំពោះសីស្សក MRSA របស់អ្នកនៅត្រូវបួនុយបំផុតកើតជាថីមួយនេះឡើតិច្ឆិថិនិវិញ្ញាតាបស់អ្នក និងអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអាចរួចរាល់អ្នកបួនុយបស់អ្នក ដើម្បីមួយដំបូងជាអ្នកបួនុយបួនុយ។ នៅក្នុងករណីនេះ អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពអាចយកសំណាការមេភេទបួនុយបស់អ្នកបួនុយបស់អ្នក ជាកន្លែងដែលមានដំពោះសីស្សក MRSA កើតជាលើកបញ្ហាប៉ុយ។

បើខ្ញុមានដំណោសីស្សក MRSA តើខ្ញុត្រូវធ្វើអីពីសស្សទេ នៅពេលខ្ញុមានជាមន្ត្រីរញ្ជាតាលភេទ ឬមន្ត្រីរោង?

បើអ្នកធ្លាប់មានដំណោសីស្សក MRSA

នៅឆ្នាំសកម្ម ឬអ្នកជាអ្នកចម្លួយនៅភេទ

ចូរចាប់ឡើងប្រចាំខែក្នុងការថែទាំសុវត្ថិភាពរបស់អ្នក។
ឬកគតិនឹងបានឈើសរបស់ឯកគត់

ហើយនិងអាចបាក់ប្រសាយប៉ុណ្ណោះនៅពេលថែទាំអ្នក។ ឬក
គតិនឹងបាក់ប្រសាយប៉ុណ្ណោះនៅពេលថែទាំអ្នក។ បើអ្នក
ឯកគតិនឹងបាក់ប្រសាយប៉ុណ្ណោះនៅពេលថែទាំអ្នកគតិនឹងបាក់ប្រសាយ
ឬកគតិនឹងបាក់ប្រសាយប៉ុណ្ណោះ។

បើអ្នកសំភាក់នៅក្នុងមន្ត្រីរោង ឬមន្ត្រីរញ្ជាតាល

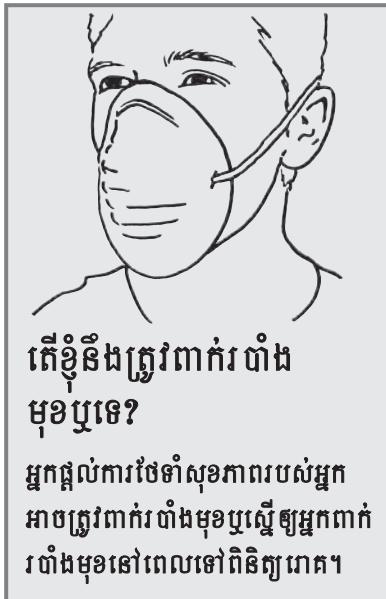
ភេទ ឬក “ការប្រុងប្រយ័ត្នពិសេស”

អាចត្រូវបាក់រួចរាល់លើទូរបន្ទូប្របស់អ្នក។

ឬកនេះគឺជាដំណឹងការប្រុងប្រយ័ត្នដែលបានបិទិក
ឬកដើម្បីការប្រុងប្រយ័ត្នត្រឹមត្រូវ។ ដើម្បី
ការបាក់រួចរាល់លើទូរបន្ទូប្របស់អ្នក MRSA។

អ្នកមកស្ថាលុខទួលុអ្នកគារប្រវាំណាងបំផើមីរឿងសរវជំ

ការប៉ែបាប់ដំណោសីស្សក។ ដែលមានមេភេទទិន្នន័យទៅពីរ។



តើដំឡើសីស្សក MRSA ត្រូវព្យាពាលរបៀបណា?

MRSA ទៅនឹងតែអារម្មាតាលាទាលធានាជាយអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាព។ តើជាការសំខាន់ណាស់ត្រូវបានគេចាប់អារម្មាតាលដោយប្រើប្រាស់អ្នកផ្តល់លើម្នាក់។

បើអ្នកមានអ៊ីមិនមែនទៅសកម្មទេ អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអាចទៀតស្ថិតិយវិញទៀតហើយ តើទៅនឹងមែនអ្នកមែនសីស្សក MRSA ទេ ទៅលើសីស្សករបស់អ្នកមួយទេ បើអ្នកជាអ្នកមួយនឹងមែនម៉ោងទៀត។ ដូច្នេះ តើដំឡើសីស្សក MRSA, អ្នកផ្តល់ការថែទាំអាមេរិកសំរាប់ខ្លួន។

- មិនប្រើប្រឯ័ទេ ពីក្រោមឈាមភាគជារោសញ្ញា៖ ជាយមិនចាំបាច់ព្យាពាល
- បន្ទាយចំនួនមេភាពទៅលើសីស្សករបស់អ្នក

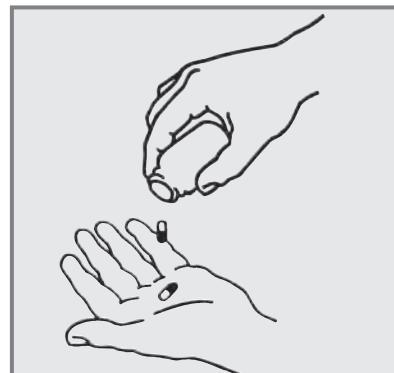
បើអ្នកមានដំឡើសីស្សក MRSA ទៅត្រូវសកម្ម អ្នកផ្តល់ការថែទាំបស់អ្នកអាចប្រើប្រាស់ដីសការព្យាពាលម្នាយ ឬបូរីឱយ៉ាងដែលការព្យាពាលទាំងឡាយនៅខាងក្រោមនេះ៖

1. យកទីកន្លែងចេញពីដំឡើសីស្សក
2. ឲកចាប់សម្រាប់មេភាព ‘អងីទីតាមូទិក’
3. បន្ទាយចំនួនមេភាពទៅលើសីស្សករបស់អ្នក

1. យកទីកន្លែងចេញពីដំឡើសីស្សក

កំពើថ្ងៃយុទ្ធផលឱ្យបាន ពីក្រោមឆ្នើតកំយ៉ាង ខ្លាំងដីមីត្រូចបានចិញ្ញាក់ទៅម្នាក់សីស្សកដំឡើ ពីក្រោមឈាមភាគទូទាត់ មេភាពទីកន្លែងចេញពីដំឡើសីស្សក ហើយតើ មីត្រូចការការព្យាពាលទៀតខ្លះ។ យកទីកន្លែងចេញពីដំឡើសីស្សកត្រូវប្រើប្រាស់ប្រើប្រាស់ការមែលដែលថែទាំសុខភាពប៉ុណ្ណោះ។

អ្នកផ្តល់ការថែទាំនៅឯ៍បាននូវសានិយកទីកន្លែងចេញ។ ក្រោមឈាមភាគពីដំឡើសីស្សកទីកន្លែងចេញអស់ អ្នកត្រូវប្រិទ្ធការពារារវរបូងមួយជាទី។ ធ្វើនកាលអ្នក ផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នកអាចលើអ្នក ឬគ្រប់ទៅវិញ ដីមីត្រូចនិត្យ តាមដានឡើងវិញប្រុងដីមីប្រុង ត្រូវបានត្រូវការពារតាមរបៀប។ ក្រោមឈាមភាគពីដំឡើសីស្សកទីកន្លែងចេញអស់។ សីស្សកដំឡើខ្លះនឹងជានា ទៅក្រោមឈាមភាគពីដំឡើសីស្សកទីកន្លែងចេញអស់។ អ្នកមិនចាំបាច់ព្យាពាលដោយប្រើប្រាស់អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកមានយកទីកន្លែងចេញអស់។



បើអ្នកផ្តល់ការថែទាំបស់អ្នក ឬចាំសម្រាប់មេភាពអ្នក៖

លេបចាំ ឬអូចសំបុត្រីអលត្រោពេរ ឬចេញទ្រូវ ឬកំលុបប៉ុមុនពេល ទៅបានប្រើប្រាស់ប្រើប្រាស់ ដែលបានប្រើប្រាស់ប្រើប្រាស់ ក្នុងពីរបុទ្ទិភាគប៉ុមុនប្រាយឬក្រុងសម្រាប់ មេភាពដែលបានប្រើប្រាស់ជាខោះ។

2. ជាក់ចាំសម្ងាត់មេរក

MRSA គឺប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកជាប្រើបានយ៉ាង ឆ្លើយៗមេរកនេះអាចជិតាកន្លែងព្យាពាល។ ទេសប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកដែលអាចបានដំឡើសិស្សក MRSA និងធ្វើឲ្យម៉ាស់សេវាយ។ អ្នកផ្តល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរករបស់អ្នក និងមានធ្វើការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកដែលត្រូវជាប៉ុណ្ណោះ ហើយក្នុងពេលប៉ុណ្ណោះ តាមរបាយការប៉ុណ្ណោះ កំណុំប៉ុណ្ណោះ ទេសប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកដែលត្រូវបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរក។ ត្រូវបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកដែលត្រូវបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរក។ មិនត្រូវបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកដែលត្រូវបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរក។

3. បន្ថយចំនួនមេរកនៅក្នុងរន្ធបេសិស្សក

រឿងនេះអាចការពារពីការរួចរាល់សាលដំឡើសិស្សក MRSA ប៉ុណ្ណោះមានជីថិត្រូវបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរក។

ធីឯធមួយចំនួនមេរកនៅក្នុងរន្ធបេសិស្សក ទេសអ្នកផ្តល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកជាប៉ុណ្ណោះ សំរាប់អ្នកផ្តល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរក។

- ឲ្យអ្នកឲ្យតិចរួចរាល់ថ្មីរាល់ថ្មីជាមួយនឹងសាបីសម្ងាត់មេរក
- ចេញសំបុត្រច្បាស់ឲ្យលេបច្បាស់សម្ងាត់មេរក
- ចេញសំបុត្រច្បាស់ឲ្យប្រើប្រាស់ក្រុងរន្ធបេសិស្សក

ការណែនាំសំរាប់ការរាយការណ៍ក្នុងរន្ធបេសិស្សក

1. រាយការណ៍ក្នុងរន្ធបេសិស្សក 1/4 គីឡូលីសំឡើក្រារ (Q-tip)
2. ជាក់សំឡើក្រារចូលក្នុងរន្ធបេសិស្សក ឲ្យបានបញ្ជាផ្ទាល់ការថែទាំប៉ុទ័រលីនិងត្បូសម្ងាត់មេរកទៅតាមរបៀប
3. រាយការណ៍ក្នុងរន្ធបេសិស្សកទិញទៅខាងក្រោមរន្ធបេសិស្សក
4. ប្រើប្រាស់ក្រុងរន្ធបេសិស្សកទិញទៅខាងក្រោមរន្ធបេសិស្សក
5. ចោរបាលសំឡើក្រារទាំងអស់
6. លាងដែរប៉ុណ្ណោះ

តើខ្លួនរកការថែទាំក្នុងរន្ធបេសិស្សកនៅពេលណា?

- ប៉ុណ្ណោះមេរកសង្ឃារីឱ្យរាយការណ៍ក្នុងរន្ធបេសិស្សក ឲ្យប្រើបាយពេលព្យាពាលសំរាប់ការរួចរាល់ដំឡើសិស្សក MRSA
- បើដំឡើមិនបានចូររាយការណ៍ក្នុងរន្ធបេសិស្សក
- បើដំឡើការណ៍ក្នុងរន្ធបេសិស្សក
- បើដំឡើត្រូវប៉ុណ្ណោះមេរក

ប្រអទីអូអទាថំយើដូមីមីហ្វូយចាំផ្តលមេភេតខៅ់នៅឯ៌ស្បែករបស់អូក។ លាងនៃរបស់អូកតិះជាមធ្យាតយីមួយដើម្បីចំណែកអាជ្ញាកោសកម្ពស់អូក។ អូកមិនត្រូវការថែរក្សាដោយមុនអាជ្ញាកោសកម្ពស់អូក។

របៀបលាងនៃរបស់អូក មានសារ៖សំខាន់ប្រចាំខែ៖

ពាន់ អូកត្រូវរំពោលលាងនៃរបៀបចំណែកអូកដើម្បីមិនបានអូកអាជ្ញាកោសកម្ពស់អូក។ អូកអាជិលមួងមេភេតដឹងថានៅសែវស្បែក MRSA និងផែរទៅមុនសម្រាប់របស់ខ្លួនជាមួយ បើអូកបើកតិះមីនុយបូលត្រូវ។ ចូរម្រោគសំខាន់ អូកមានការឱ្យដាក់ឬចាត់លាងអូក។ ដើម្បីបង្កើតរបស់អូក ត្រូវបានគ្រប់គ្រងសារៗដោយ អូកដូចជាការថែរក្សាដោយប្រើប្រាស់របស់អូកនៃការការពីរ៉ាស៊ីមិនអាចបានបញ្ជីបាន។

- សំបុន្មាននៃរបស់អូកនៃទីក្រុងរំពោលត្រូវត្រូវបានបង្កើតរបស់អូក។
- រាយការងារចាន់ចាន់នៃរបស់អូក ដឹងថាផានៅតាមក្រុមហ៊ុនសំខាន់អូក។
- ត្រូវបានបង្កើតរបស់អូកនៃមួកទៀត្វុត្រូវត្រូវក្នុងក្រុងក្រុងរបស់អូក។
- បិទទីការងារប្រើប្រាស់របស់អូកដើម្បីចូរបានបង្កើតរបស់អូក។
- ‘ចូរបានបង្កើតនៃរបស់អូក’ គឺជាអ្នកដឹងថានៅក្នុងក្រុងក្រុងរបស់អូក។
- ត្រូវបានបង្កើតនៃរបស់អូកដើម្បីក្នុងក្រុងក្រុងរបស់អូក។
- បង្កើតនៃការការពីរ៉ាស៊ីដើម្បីបង្កើតរបស់អូក។

ត្រូវលាងនៃរបស់អូក ដោយប្រចាំថ្ងៃ៖

- មុនរបៀបមួយរបៀប, ឲ្យដាក់នូវអូក ដឹងថាផ្លូវការបានបង្កើតរបស់អូក។
- មុននៅរបៀបទីសំខាន់, ឲ្យដាក់, ឲ្យចុញ, ឲ្យចុរ, ឲ្យចុច, ឲ្យចុចិច, ឲ្យចុឡុល
- មុននៅរបៀបចុចចុចសំខើសុំដោយ ឲ្យដាក់សំខើសុំអូក។
- មុននៅរបៀបចុចចុចកំណែត។
- មុននៅរបៀបចុចចុចកំណែត។
- របៀបទីក្រុងរបៀបបង្កើតនៃការងារ ឲ្យដាក់តាមក្រុមហ៊ុនសំខាន់អូក។

ឃុំសុរមេអូកជាត់លំការថែរក្រាងយុទ្ធមួកអាំពីប្រភេទដែលប្រើប្រាស់បំផុតនៅសាម្បីដើម្បីប្រើប្រាស់
បើសាម្បីនិងទីកន្លែងមានលទ្ធផល ចូរប្រើប្រាស់ការសម្រេចការណ៍ដែលអាជីវកម្មចិត្តឡាយនៅតាម
ខិសចំស្ថានទាត់។ ទីការណានេះដាក់តិចភាពបុរាណឱ្យមេរាតនៅក្នុងរយៈពេល 15 វិនាទ៊ី
នៅព្រាសាយពេលអូកលាតហើយឱ្យមេរាតរួចរាល់ដែល 15 វិនាទ៊ី
សម្រាប់មេរាតតារដែង។ ចូរកំប្រើប្រាស់ការណានេះដែលមែនជាប្រធានាអាច
បានដែលមែនជាប្រធានាអាចបានដែង។ ចូរកំប្រើប្រាស់ការណានេះដែលមែនជាប្រធានាអាច
បានដែលមែនជាប្រធានាអាចបានដែង។ ចូរកំប្រើប្រាស់ការណានេះដែលមែនជាប្រធានាអាច
បានដែលមែនជាប្រធានាអាចបានដែង។

តើខ្ញុំត្រូវការប្រុងប្រយ័ត្នបូន្មាន នៅពេលខ្ញុំពេញខ្លួនខ្លួន?

ទទួលទៅ ខ្លួនខ្លួនរបស់ខ្លួនក្នុងការបានប្រើប្រាស់សម្រាប់មេរាត
ដែលមែនជាប្រធានាអាចបានដែង។

- នៅពេលទៅយកខ្លួនខ្លួនរបស់មួក
ឃុំប្រុងប្រាស់ការបានប្រើប្រាស់មួក
ឃុំយកខ្លួនខ្លួនរបស់មួកទៅតាមប្រាសាយ
ពីខ្លួនរបស់មួកនិងខ្លួនខ្លួន។ នេះនឹងការបានប្រាសាយ
ការបានប្រាសាយនៅពេលបានប្រើប្រាស់មួក ឱ្យខ្លួនខ្លួនបានដែង។
- ពាក់ស្រាមថ្លែងដែលអាចបានប្រាសាយដើម្បី
យកខ្លួនខ្លួនរបស់មួកទៅតាមប្រាសាយ
ទៅបានប្រើប្រាស់មួក។ ពាក់ខ្លួនខ្លួនរបស់
គ្រឿនបានប្រាសាយដើម្បីការបានប្រាស់មួក
ទៅបានប្រាសាយ។ ឯុទ្ធមួកជាត់ដែលបានប្រាសាយ
ទៅបានប្រាសាយ។
- បានប្រាសាយដើម្បីដែកខ្លួនខ្លួនប្រាសាយ
ឃុំប្រើប្រាស់ការបានប្រាស់មួក។
- ហាលូខ្លួនខ្លួនម៉ោងហាលូរបស់ខ្លួនខ្លួន
ការម៉ោងឱ្យខ្លួនខ្លួនប្រាសាយដើម្បីការបានប្រាសាយ
ទៅបានប្រាសាយ។
- ឃុំណានដែលប្រើប្រាស់មួកទៅព្រាសាយពេលការបានប្រាសាយ
ក្នុងការបានប្រាស់មួក។ និងទៅមុនពេលយកខ្លួន
ខ្លួនខ្លួនរបស់មួកដើម្បីការបានប្រាសាយ។
- ពាក់ស្រាមថ្លែងដែលប្រាស់មួកទៅព្រាសាយពេលការបានប្រាសាយ
ទៅបានប្រាសាយ។



តើខ្ញុំបានប្រាសាយដើម្បីការបានប្រាស់មួកជាត់
ឱ្យការប្រាស់មួកបានប្រាស់មួក?

- ឃុំកំការប្រាស់មួកទៅក្នុងការបានប្រាស់មួកជាត់
- ឃុំបានប្រាស់មួកដើម្បីការបានប្រាស់មួកជាត់
- កំបាត់ខ្លួនខ្លួនរបស់មួកទៅក្នុងការបានប្រាស់មួកជាត់
- កំបាត់ខ្លួនខ្លួនរបស់មួកទៅក្នុងការបានប្រាស់មួកជាត់

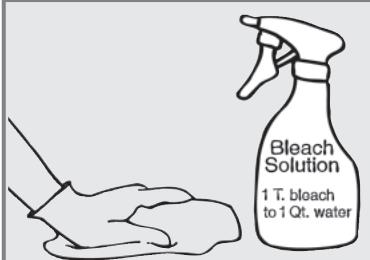
ចុះការសំអាតធ្លៃ៖ យ៉ាងណាទៀរ៖

ប្រើបើទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតសម្បាប់មេហោតដើម្បីសំអាតតីផ្លូវបស់ជាតិភូកញ្ហាប់ផ្លូវតាម។ ឪរយកធម្មតាកំរបស់ទានៅ ដែលត្រូវបែងបាត់ជាតិភូកញ្ហាប់ - ក្នុងពាក់ពើង, វស្សារ, ទ្វារសំ្បួល, បង្ហែត, អាន់លាងដឹង, អានឃ្យួតិក, គុម្ភធម្មានយ, ទ្វារសំ្បួល, នូវសំ្បួលដេនី, និងភ្លាករមួយក្នុងខេត្ត។ ពួកតីផ្លូវបស់ទានោដោយទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតសម្បាប់មេហោត និងទុកវារម្មស្ថិត។ បើជាតិទឹកកំរូលពីខ្លួនបូឌាកំប្លូកកំប្លូក លើទឹកឆ្លៃ៖ បើចិត្តបានទៅនៅឡេ: អ្នកត្រូវរើរើរីមួយការទឹកឆ្លៃ៖

1. ពាក់ស្រាមម៉ែនដែលអារ៉ាប់ចោលពាន់។
2. ជាតិទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតជាមួយនឹងក្រុងសំរាប់ជ្រួញតាម។
3. ចោលក្រុងសំរាប់ជ្រួញតាម។
4. ច្បាស់ច្បាស់ដោយបូកចំណេះចាមួយនឹងទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតនឹងក្រុងសំរាប់ជ្រួញតាម។
5. ចោលក្រុងសំរាប់ជ្រួញតាម។
6. រួចហើយច្បាស់ដោយនឹងវិញ្ញាបាមួយនឹងទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតសម្បាប់មេហោត និងទុកម្មស្ថិតយ៉ាងតិចណាស់ 30 វិនាទី។
7. ចោលក្រុងសំរាប់ជ្រួញតាម។
8. សោរស្រាមម៉ែនដែលចោលពាក់ស្រាមបាន។
9. លាងផ្លូវបស់អ្នក ឪប្រើបើទឹកលាងដែលជាតិអាកុល។

ទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតសម្បាប់មេហោតដើម្បីរឿង

- ប្រើបើទឹកឆ្លៃ៖ សំអាតណាមដែលអ្នកទឹកញ្ញលើហានុញ្ញលក់ ទំនិញ្ញិតិមានសរស់រាក្ស “disinfectant” នៅលើដែលបុរាណបំបាត់។ ឪរបាំត្រូវអារ៉ាប់ចោលបំបាត់ និងបុរាណបំបាត់ឡើងអ្នកដែលបំបាត់ដើម្បីការបំបាត់។
- ឈាយទឹកខិត្តិមួយសំរាប់លាងដោយខ្នួនអ្នក: ឈាយទឹកបិធយិកប្រចាំបាតាយទៅក្នុងអ្នកម្មញ្ញរួចបូសំរាប់ជ្រួញតាម និងម្មយប់ទីក្រឡេទៅក្នុងមុនុយបាន។ ឈាយទឹកបិធយិកបំបាត់ឡើងជាតិសម្បាប់។ “ឯកឈាយបិធយិក” (“bleach solution”)។ ឈាយទឹកលាងពេល នៅពេលណាមួយកាលដែលជាចំណេះការសំអាត តី ក្រោះនុកយុរិធនិកបិធយិកបំបាត់ដែលជាតិអស់ពីទឹក ដែលជើរឯមានប្រតិបត្តិភាពការអំពេជ្រើ។ ជាផ្លូវការ មិនត្រូវឈាយទឹកបិធយិកជាមួយនឹងទឹកកសំអាតទានោ ឡើងទៀត តាតិសេសមានជាតិអ្នកឆ្លាប់។ ឪរ រក្សាតិទឹកបិធយិកល្អូយពីរួចបូទឹកកំហែការឡើងអ្នក ឬបិះដែលអារ៉ាប់ទឹកបិធយិក។ បុរាណដែលបំបាត់នឹងទឹកបិធយិកបាន។

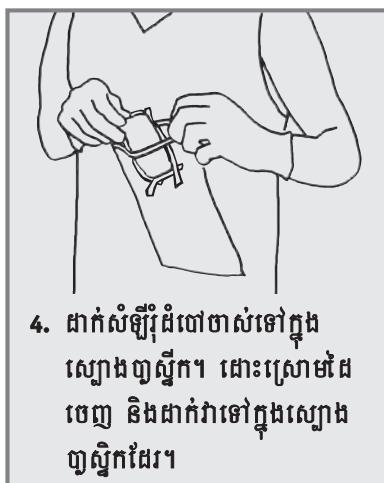


តើខ្ញុំត្រូវសំអាតថ្មីកញ្ហាប់ យ៉ាងណាទៀរ៖

មេហោត MRSA

អារុស់ឡៀនីច្បាបស់ជាបើរិ៍ ឡើង, ប្រើបើអាមិក្ស, និងបូជ៍ ខេត្ត តីជាតិរាងសំខាន់ណាស់ ត្រូវសំអាតជាតិភូកប់ សំអាតរាងជាតិភូកប់ ដើម្បីរួចបូសំរាប់ជ្រួញតាម និងបុរាណបំបាត់។

តើខ្លួនបានសំខ្លួនដំឡារមាសខ្លួន
របៀបណា?



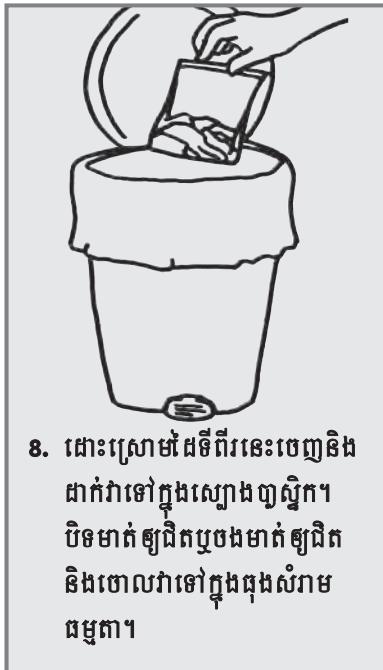
តើខ្លួនបានសំឡើងដំឡារបស់ខ្លួនហើយបណ្តាបណា? (៩)



6. ពាក់ប្រសាយឯមិត្ត
ឆ្លាតមួយទី។



7. ពាក់សំឡើងដំឡើង
បើអ្នកមានបាយឱកដំឡើ ពាក់សំ
ឡើដំឡើដែលពីលើផ្ទៃការដែីឡើរក្នា
ក្នុងឱកដំឡើដែលបាយឱក។



8. ដោះប្រសាយឯមិត្តនេះបច្ចាស់
ពាក់វានៅត្បូងស្រាវជ្រាវឯក។
បិន្ទាត់ស្ថាពិតបូចនមាក់ស្ថាពិត
និងបាលវានៅត្បូងបុនសំរាយ
ធម្មតារ។



9. លាងនិងជ្រើសសរបស់អ្នក។

បញ្ជីកយមុខទិញទិញ

មួរបស់ទាំងនេះអាមេរិកនៅស្ថើវគ្គប៉ហាងលក់ច្បាប់បុលកំមុបអាមេរិក

- ស្រាវជ្រាវដែលប្រើប្រាស់ជាមុនពេលបង្កើតការងារ
- ក្រុងសាលាអាស៊ី
- ទីកណ្ឌីនីមួយៗដែលជាកិរាណ
- សាប្តីសំអាតបាក់តីវិវាទ់ស្ថើវគ្គប៉ហាងលក់ច្បាប់បុលកំមុបអាមេរិក
- ក្រុងសំលាប់មេរភោជន៍
- ទីក្រុងប្រើប្រាស់ស្ថើវគ្គប៉ហាងលក់ច្បាប់បុលកំមុបអាមេរិក
- សេវានៃប្រព័ន្ធស្ថើវគ្គប៉ហាងលក់ច្បាប់បុលកំមុបអាមេរិក

វិប័យ

មន្ទីរណ្ឌូលទុកចនលិខិនការរារមេរភោជន៍ (CDC)

www.cdc.gov/ncidod/dhqp/ar_mrsa_ca.html

ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋបាសិទ្ធិរោង

www.doh.wa.gov/topics/antibiotics/MRSA.htm

ការងារស្ថាប្រើប្រាស់: www.doh.wa.gov/topics/antibiotics/MRSA.htm

ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋបាសិទ្ធិរោង

ចូរមើលទៅក្នុងសំណើវគ្គប៉ហាងលក់ច្បាប់បុលកំមុបអាមេរិក

ឬទៅមើលអិនិច្ឆ័ន់: www.doh.wa.gov/LHMap/LHJMap.htm

ការទទួលស្ថាល់

យកចិត្តទុកដាក់ខ្លាំងលើក្រុមអ្នកចូលរួម

ប្រព័ន្ធសុខភាព Franciscan (Franciscan Health System)

អ្នកការ Group Health Cooperative

ប្រព័ន្ធសុខភាពហុថែរក្រុ (MultiCare Health System)

អ្នកការ Pierce County Antimicrobial Resistance Task Force

ក្រសួងសុខភាពបាលខេត្តស्पोកោनី Spokane

ក្រសួងសុខភាពបាលខេត្តតានោ-ពិर៉ែ Pierce

ក្រសួងសុខភាពបាលរដ្ឋបានសុនិនកោន់

ការិយាល័យជំរួញជាយសុខភាព

របស់ត្រូវចំអាំពីការសំនៅជាមួយនឹងដំបោលីស៊ូរក MRSA:

1. លាងដែលបានបំបាត់ជាមួយនឹងដំបោលីស៊ូរក។
2. ថ្លែករូបនឹងអ្នក: បិរិយាណត្រីមត្រូវ, ហាត់ប្រាង, ឬបំបាត់បាន, និងធ្វើសរាងភាពពាន់តីង។
3. ថ្លែករូបសំនៅជាមួយនឹងទូទាត់។
4. ស៊ូរកដែលមានដំបោលីត្រូវការពារ ដើម្បីកំឡើង MRSA ទៅអ្នកផែទេ។
5. ចូរនិយាយជាមួយអ្នកថ្លែកដំបោលីស៊ូរកបានអ្នកបើអ្នកមានសំណ្ងារ ឬកង្វៀល់នានា។



April 2009





Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) provides print-ready files (PDFs) of health education materials. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team